>> https://www.youtube.com/live/ft6AahCqWcQ?si=jnXlVrmXYvhEf6S5

PHÁP ĐÀM KHOÁ TU TỨ NIỆM XỨ 9 NGÀY 3 - 11/8/2024 - CHÙA LONG HƯNG - HÀ NỘI

TRẢ LỜI CÂU HỎI

Câu 1.

Trả lời

Tàm quý của bậc thánh khác với tàm quý của chúng sanh. Chúng sanh thì có vô số cái tàm quý, kể cả bậc thánh Hữu học nếu lộ trình tâm lúc thì Bát Chánh đạo lúc thì Bát Tà đạo và lúc Bát Tà đạo đó thì cũng có vô số xấu hổ và sợ hãi. Vậy thì tàm quý của bậc thánh Hữu học là cái gì, bởi vì bậc thánh Hữu học cũng như Phàm phu thì có vô số tàm quý rồi? Quý vị khi nghe nói bậc thánh Hữu học là có tàm quý thì phải hiểu cái tàm quý - tài sản của bậc thánh Hữu học là cái gì? Đương nhiên tàm quý là xấu hổ và sợ hãi, nó chỉ xảy ra trên lộ trình tâm Bát Tà đạo do tham, do sân mà khởi lên. Thế nhưng, người bình thường khi tham, khi sân khởi lên thì họ có lý luận để biện hộ cho các hành vi đó là đúng, là tốt đẹp đối với họ, cho nên họ không xấu hổ vì các hành vi là tham, sân của mình. Thí dụ như một người bình thường khi mà sân lên, không những là lời nói mà hành động là đánh đập người kia chẳng hạn, nhưng mà họ nói rằng tôi phải làm như vậy mới được, làm như vậy mới đúng, làm như vậy mới bảo vệ được danh dự của mình, làm như vậy mới bảo vệ được tài sản của mình, và con người bình thường không bao giờ xấu hổ vì cái tham, sân của mình. Nhưng nếu là bậc thánh Hữu học có hiểu biết, có Chánh kiến tu là để đoạn tận tham, đoạn tận sân, đoạn tận si, khi quên việc đó, không thực hành Bát Chánh Đạo thì tham, sân, si khởi lên và khi tham, sân, si đó khởi lên thì bị nó dẫn dắt nhưng khi tỉnh lại một chút thì người đó cảm thấy xấu hổ vì việc vừa rồi của mình, xấu hổ vì đã có tham, có sân, sợ hãi vì có tham, có sân. Cái xấu hổ, sợ hãi đó là xấu hổ, sợ hãi đối với tham, sân khi nó khởi lên, đó là tàm quý của bậc thánh, và chỉ khi nào xấu hổ về việc đó thì mới có thể quyết tâm thực hành để đoạn tận tham, sân. Vì vậy, nếu không xấu hổ vì tham, vì sân thì biện hộ cho nó, lý luận cho nó, cho nó là hợp lý, cho nó là đúng đắn thì lần sau lại tiếp tục kích động, cổ vũ nó lên. Còn những người nào có Văn tuệ, Tư tuệ, Tu tuệ nhưng lỡ quên tu hành, lỡ quên thực hành mà bị tham, sân chi phối, đương nhiên là khi bị tham, sân đó chi phối thì không thể nào biết được, nó dẫn dắt, nó kéo đi nhưng đến một lúc tỉnh lại, nhớ lại được việc học của mình thì mới khởi lên xấu hổ, sợ hãi. Cái xấu hổ, sợ hãi đó cũng là do Văn tuệ, Tư tuệ khởi lên, nó xảy ra trên lộ trình tâm Bát Tà đạo nhưng đó chính là tàm quý của bậc Thánh, và sau này chúng ta học để hiểu rằng đó gọi là Dục như ý túc. Chính nhờ đó mà đưa đến quyết tâm tinh tấn tu tập Bát chánh đạo để đoạn trừ tham, sân, si.

Câu 2

Thưa Sư, theo Lý duyên khởi, có hai nhân độc lập tương tác cùng diệt phát sinh quả. Con quan sát về công việc hay vật thể thì đúng sự thật là như vậy

nhưng khi có sự việc diễn ra con không thấy được sự thật như vậy nữa. Cụ thể, trong giờ giải lao có hai vị Thiền sinh nữ đi nói chuyện cùng nhau, không thể nhìn ra được hai nhân duyên từ hai vị đó; hay là từ bản thân con đang nợ tiền khi nhớ lại để quan sát thì cũng khó khăn thấy, biết như thật duyên khởi về việc đó và chỉ có buồn bản thân vô dụng, buồn người thân không quan tâm. Con cảm nhận mình hiểu bài như kiểu việc mình chưa tỏ ngoài ngõ đã tường. Mong sư khai thị để tích cực tu tập.

Trả lời

Bước đầu thì quý vị làm như vậy là được rồi. Quý vị quan sát các sự vật, hiện tượng một cách thô thì thấy được là hai nhân tương tác với nhau rồi cùng diệt, nó phát sinh quả. Nhưng quý vị phải quan sát cái thô đó rất là nhiều, rồi dần dần quý vị sẽ tiến bộ, dần dần quý vị mới quan sát được cái điều vi tế. Cái thô và tế như thí dụ quý vị quan sát một cái nhà máy sản xuất ô tô thì đa phần con người nói rằng cái ô tô là do nhà máy này sản xuất ra, đó là hiểu theo một nhân sinh quả. Nhưng sự thật là cái nhà máy đó với máy móc, với công nhân, với thiết bị như vậy là một nhân thôi, còn nhân thứ hai là nguyên vật liệu. Quý vị quan sát thấy hai nhân: nhà máy là một nhân tương tác với nhân thứ hai là nguyên vật liệu mới ra được sản phẩm là cái ô tô. Hai nhân tương tác với nhau cùng diệt nó phát sinh ra cái ô tô. Đương nhiên là hai nhân: nhà máy nó mòn đi chú ít và cái vật liệu nó vơi đi một chút ít thì mới ra được một cái ô tô. Như vậy, quan sát thấy hai nhân tương tác với nhau cùng diệt phát sinh ra quả, đó là quan sát thô. Quý vị quan sát quá trình sản xuất ra cái ô tô đó gồm rất nhiều công đoạn nối tiếp nhau, mỗi công đoạn là một quá trình duyên khởi. Cứ hai nhân tương tác với nhau cùng diệt nó phát sinh ra một kết quả, rồi kết quả đó lại tiếp xúc với cái cái máy khác rồi ra một cái quả khác, quả khác lại tiếp xúc với máy khác v.v… Hàng triệu quá trình nhân quả nối tiếp nhau rồi mới ra được cái ô tô, đó là quan sát tế. Vậy thì quý vị phải từ từ, bây giờ quý vị hiểu cái nguyên lý như vậy, rồi bắt đầu quan sát từ thô đến tế, bắt đầu quan sát một sự việc nhỏ nhặt. Tuy rằng quý vị quan sát việc nấu cơm là gạo, nước tiếp xúc với nhau nhưng đó là thô, còn các tiến trình nó nối tiếp nhau rất nhiều, hàng trăm, hàng nghìn tiến trình nối tiếp nhau. Gạo tiếp xúc với nước tạo thành một hỗn hợp, rồi tiếp xúc với nồi v.v… là tiến trình nối tiếp nhau. Quý vị tập quan sát những sự việc như vậy, nếu quan sát nhiều thì từ từ sẽ quan sát được quá trình rất là tế, tức là một cái sự việc không phải là chỉ một quá trình nhân quả mà là hàng trăm quá trình nhân quả nối tiếp nhau.

Câu 3

Xin sư cho con hỏi tuệ tri thế nào để cái biết vừa đủ để xử lý tình huống trong cuộc sống mà không mang tính chất của bản ngã? Con tri ân sư.

Trả lời

Trong bài Liễu tri bản ngã: bản ngã đoạn diệt khi nào? không có bản ngã khi nào? Khi quý vị an trú cái Thấy thuần túy, cái Thấy tỉnh giác thì lúc đó không

có bản ngã hoặc là khi an trú Chánh kiến thì lúc đó quý vị mới không có bản ngã. Vì vậy, nói gọn lại, chừng nào có Chánh niệm, cho dù là chánh niệm về thân hay chánh niệm về thọ hay chánh niệm về tâm hay chánh niệm về pháp thì lúc đó quý vị hoặc là an trú Tỉnh giác hoặc là an trú Chánh kiến, lúc đó không có xuất hiện tư tưởng chấp ngã, không có bản ngã, lúc đó là quý vị sống với vô ngã.

Câu 4

Xin sư giúp con phân biệt cảm giác pháp trần và phiền não? Con xin ví dụ minh họa? Con cảm ơn.

Trả lời

Quý vị muốn phân biệt được thì phải học kỹ Lộ trình tâm. Thí dụ lộ trình tâm Bát Tà đạo: căn, trần tiếp xúc phát sinh đồng thời thọ, tưởng tiếp đến là tà niệm - tà tư duy - tà tri kiến; tà tri kiến rồi mới phát sinh tham, sân, si, mới phát sinh tà định, rồi dục v.v... Và quý vị phải phân biệt: căn, trần tiếp xúc phát sinh đồng thời thọ, tưởng tiếp đến là tà niệm - tà tư duy - tà kiến khởi lên, đoạn đó chưa có khổ. Chỉ khi tham, sân, si khởi lên và các chi phần sau khởi lên thì mới phát sinh khổ. Vì vậy, nếu quý vị nghiên cứu kỹ về cảm giác pháp trần, đương nhiên là lúc đó ý tiếp xúc với pháp phát sinh đồng thời cảm giác pháp trần và tưởng thức. Cái thấy tưởng thức này thấy cảm giác pháp trần đầu tiên, rồi rất là nhanh chóng tà niệm - tà tư duy khởi lên cái biết ý thức tà tri kiến. Cái biết ý thức biết sự việc đó là gì v.v... nhưng biết này là cái biết tà kiến thì cả đoạn đó mới chỉ là thấy cái cảm giác pháp trần rồi biết đó là câu chuyện đang xảy ra. Giai đoạn đó chưa phát sinh phiền não, chưa phát sinh khổ. Còn từ khi phát sinh hoặc thích, hoặc ghét, hoặc chán cái đó thì mới phát sinh phiền não. Không những là cảm giác pháp trần mà tất cả mọi cảm giác đều diễn ra như vậy. Giai đoạn xúc - thọ, tưởng - tà niệm - tà tư duy - tà kiến đó không phải là phiền não, không phát sinh phiền não, giai đoạn sau đó mới phát sinh phiền não.

Câu 5

Thưa sư, trong khi nghe sư kể câu chuyện Đường Sơn đại địa chấn, con thấy xúc động. Lúc nghe sư giảng, con có chú tâm lên thân. Vậy lúc đó tà niệm của con khởi lên hay nó là cảm xúc bình thường của con người ạ? Mong sư giải đáp. Con xin tri ân sư.

Trả lời

Điều này phải phân biệt: có cảm xúc khởi lên nhưng quý vị quan sát khi nghe câu chuyện đó, thích thì biết là mình thích, ghét thì biết là mình ghét, chán thì mình biết là chán cái câu chuyện đó và cảm xúc do tham, do sân, do si mà khởi lên thì kết luận đó là tà niệm; nhưng quý vị cũng thấy nếu lúc đó không thích, không chán, không ghét nhưng vẫn có cảm xúc nào đó thì quý vị phải hiểu có thể là những hiểu biết đó, hay là những cái đó tác động vào những lập trình đặt sẵn ở trong cơ thể con người. Thí dụ như ăn chanh là tiết nước

bọt, chẳng hạn, cho nên khi nghĩ đến chanh là tiết nước bọt bởi vì có cái lập trình đó chạy trong nó rồi, hễ chạm cái đầu thì nó bắt đầu chạy. Hay trong thân thể có cái lập trình, chẳng hạn, khi có một cảm xúc nào đó thì giọng nói có thể phát ra âm thanh nó khác đi. Cảm xúc do tham, do sân, do si nó vẫn chạy cái lập trình đó nhưng đôi khi có những cảm xúc kiểu đó nhưng không có tham, sân, si mà do, tạm thời ta gọi là "lập trình trắc ẩn" thì quý vị phân biệt cho rõ. Quý vị thấy rằng có thích hay ghét hay chán, hay có thương hay ghét hay chán thì là cảm xúc do tà niệm nhưng cũng có một số trường hợp thì nó không phải là do tà niệm.

Câu 6

Thưa sư có những cảm thọ rất mạnh như tai nghe âm thanh chửi rủa, mũi ngửi mùi hôi thối, thân bị đau dai dẳng… như vậy quán sao để không bị thích, ghét? Mong Sư khai thị giúp con.

Trả lời

Quý vị thấy rằng khi thực hành cái thấy, nếu quý vị khởi lên thấy, thấy… liên tục đối với đối tượng nổi trội là một mùi hôi thối hay một cảm giác đau trên thân thì lúc đó chỉ là thấy cái cảm giác đó thôi, hoàn toàn là thấy thôi chứ không nghĩ gì về cảm giác đó nữa, không có phản ứng gì về về cảm giác đó. Lúc đó, quý vị cũng thấy các cảm giác đó trở nên khách quan, nó không ghê gớm như là trước đây. Trước đây, cái cảm giác khốc liệt đó khởi lên, mùi thối khởi lên thì lập tức cái sân khởi lên, bực bội khởi lên và cái bực bội, cái sân đó phát sinh một lộ trình tâm thứ cấp, nội xúc lại tăng cường cái cảm giác đó lên, cái đau đó lên, cái mùi hôi thối đó lên trở nên khốc liệt. Nhưng bây giờ, thực hành ngay cái thấy thì quý vị đã thấy rằng nó không ghê gớm như trước.

Nhưng ở mức độ thứ hai mạnh hơn thì quý vị phải quán thọ. Khi quán thọ, quán đối tượng đó là cảm giác, là cảm giác… lúc đó quý vị sẽ thấy là nó không ghê gớm như trước kia nữa. Cho nên, khi bắt gặp những cảm giác đó thì có thể có những trường hợp quý vị kinh nghiệm là chỉ thực hành cái thấy thôi thì cũng giảm thiểu được và quý vị sẽ không có phản ứng, nhưng mức độ những cảm thọ đó khốc liệt hơn nhiều thì quý vị phải quán thọ - quán là cảm giác, rồi có thể quán cảm giác đó là do nhân duyên gì mà phát sinh, nó vô thường, nó vô ngã v.v… thì lúc đó quý vị sẽ vượt qua được những cảm giác khốc liệt.

Câu 7

Kính thưa thiền sư, cho con hỏi tại sao con người có hóa sanh ở các hoàn cảnh khác nhau như đất nước hòa bình, chiến tranh gia đình giàu sang, khổ đau hoặc sinh ra đã bị dị tật bẩm sinh? Con người có bị hóa sanh thành con thú và ngược lại không? Xin tri ân công đức của Thiền sư.

Trả lời

Quý vị thấy rằng người thì sinh ra chỗ này, người thì sinh ra chỗ kia v.v… đương nhiên là sẽ thấy sinh ra ở chỗ nào là do tương tác: thông tin của hóa sanh tương tác với thông tin của bố, mẹ. Cho nên hóa sanh không thể nào chủ động, không thể nào làm chủ, không thể nào quyết định là mình sẽ tái sinh ở đâu mà tái sinh ở đâu, hoàn cảnh nào, đất nước hòa bình hay chiến tranh, là gia đình giàu có hay là v.v… rồi lớn lên gặp cảnh này hay cảnh khác v.v… thì không ai làm chủ, không ai điều khiển được mà do duyên khởi. Duyên khởi là do tương tác và tương tác này phải có thông tin tương hợp nó mới tương tác được. Vào thai của bố, mẹ nào thì chắc chắn là thông tin của Hóa sanh đó có cái phần tương hợp với thông tin của bố, mẹ đó. Không tương hợp thì không thể nào tương tác vào thai được. Chữ "tương hợp" này quý vị phải hiểu cho rõ, chúng ta cũng chưa nghiên cứu để nói rằng cái tương hợp là gồm những gì, nhưng có thể hiểu cái tương hợp là như thế này, ta tạm gọi như trong Vật lý là tần số. Tần số, dễ hiểu nhất là sóng phát thanh với cái máy thu thanh. Sóng phát thanh thì tỏa khắp không gian và có thể là ở trong cái không gian đó có rất nhiều máy thu thanh, nhưng chỉ cái máy thu thanh nào có cuộn cộng hưởng đúng tần số với tần số của truyền thanh đó thì lúc đó nó mới xảy ra hiện tượng cộng hưởng. Tức là lúc đó mới tương tác được với nhau và cái máy thu thanh đó mới thu được sóng của sóng truyền thanh, còn những cái máy khác khác có tần số khác không tương hợp với tần số của sóng truyền thanh đó thì không xảy ra cái hiện tượng cộng hưởng. Thế thì cũng tạm gọi, thí dụ như "tần số" của những thông tin của Hóa sanh là như vậy và "tần số" thông tin của cha hoặc mẹ là nó như vậy thì tương tác được với nhau, "cộng hưởng" được với nhau, xảy ra hiện tượng tương tác. Lúc đó hóa sanh tương tác với hợp tử trứng và tinh trùng xảy ra hiện tượng vào thai còn "tần số" không tương hợp thì không tương tác được. Cho nên quý vị sẽ thấy rằng sự tương tác dựa vào thông tin thì có thể là sinh ra chỗ này, chỗ khác khác nhau, sinh ra trong gia đình này gia đình khác khác nhau, kể cả khi sinh ra rồi thì cũng có tương tác với những người khác nhau đưa đến những cái kết quả khác nhau. Hóa sanh con người có tương tác được và tạm gọi là "vào thai" con thú hay là hóa sanh con thú thì "vào thai" người được hay không? thì hầu như là không có, gần như là hoàn toàn không có bởi vì, phải hiểu rằng thông tin di truyền của con thú và con người là hoàn toàn khác nhau cho nên khó mà có thể tương tác, tương hợp với nhau. Quý vị quan sát thấy sự lai giống của các con vật thì phải có thông tin di truyền gần giống nhau mới lai giống được, còn khác nhau một chút, khác nhau nhiều thì không thể nào lai giống được. Ví như, con lừa và con ngựa thì có thể lai giống với nhau thành con la nhưng con ngựa với con bò thì không thể nào lai giống được vì thông tin di truyền khác nhau. Con trâu và con bò không thể nào lai giống được. Con vịt với con ngan có thể lai giống được, đã xảy ra lai giống, nhưng con vịt với con gà thì thông tin di truyền là hoàn toàn khác nhau, không thể nào lai giống. Thế thì cũng y như vậy, thông tin di truyền của con thú và con người là hoàn toàn khác nhau. Đương nhiên là cũng có thể có những thông tin khác, con thú và con người có đôi lúc, rất là hiếm có,

cũng có những thông tin tương hợp có thể tương tác được nhưng tương tác đó là phải có thông tin di truyền của con thú hoặc con người là trội hẳn hoàn toàn. Tuy rằng rất là ít ỏi nhưng vẫn có những trường hợp hóa sanh con thú vào thai con người hoặc là hóa sanh con người vào thai con thú nhưng thông thường cái bào thai đó là quái thai và quái thai đó có thể tồn tại trong bào thai nhưng khi ra cuộc sống thì chỉ một vài giờ là chết. Đa phần là như vậy nên chúng ta nói là đa phần, phần lớn, gần như là tuyệt đối thì con thú tái sinh làm con thú và hóa sanh con người thì tái sinh làm con người thôi.

Câu 8

Kính thưa sư con có câu hỏi như sau: Cha mẹ con hay đau ốm nhưng con chỉ giúp được một phần rất nhỏ tiền thuốc thang. Điều này làm con cảm thấy có lỗi với cha mẹ và con có nghe được một số vị thầy nói rằng có thể hồi hướng công đức tu tập của mình đến cha mẹ bằng cách cầu nguyện cho cha mẹ luôn khỏe mạnh, bình an và điều này được linh ứng. Sự thật có phải như vậy không ạ?

Trả lời

Quý vị đến đây học rồi, thấy là Đức Phật có giúp gì được quý vị tu tập không? Đức Phật chỉ là vị thầy giảng giải cho quý vị con đường tu tập để chấm dứt khổ, còn để chấm dứt khổ hay không là quý vị có tu tập hay không, chứ Đức phật không làm thay cho ai cả. Bản thân quý vị thấy và thực hành là muốn chấm dứt khổ, khổ tâm thì phải đoạn trừ tham, sân, si phải tự mình đến để mà thấy, tự mình thực hành, tự mình chứng ngộ. Đức Phật không làm gì được cho ai cả. Đây là tính chất vô chủ, vô sở hữu, không ai điều khiển được tâm ai cho dù là đức Phật là giác ngộ. Đức Phật là giác ngộ mới càng thấy rõ tính chất vô chủ, vô sở hữu, không thể làm chủ, không thể điều khiển bất kỳ một cái thứ gì. Cho nên quý vị thực hành theo tiến trình nhân duyên để thay đổi tâm chứ không thể làm chủ được cái tâm, không thể điều khiển được nó, và đức Phật cũng như vậy. Vậy quý vị nói hồi hướng là để ai làm chủ? ai điều khiển cái thân, cái tâm của người thân? để những người đó hết tham, sân, si, để những người đó giảm thiểu khổ, hết khổ? Chẳng có thế lực nào cả. Con người cũng có thể giúp nhau làm giảm thiểu cái khổ thân thôi. Thí dụ như bệnh tật là khổ thân thì lúc đó chỉ giúp nhau bằng công sức, bằng tiền của, bằng chăm sóc, còn cái khổ chủ yếu là thuộc về tâm do tham, sân, si thì không ai giúp cho ai được cả.

Câu 9

của Lê Tấn Hà - Thưa sư con có hai câu hỏi như sau: a) con đang thực hành quán cảm giác pháp trần thì tự nhiên trong đầu xuất hiện một công thức và kiến thức đang rất cần cho việc giải quyết công việc đang gặp khó khăn của con nên con đã lấy giấy bút ra ghi chép vì sợ sau khi thiền xong thì quên mất. Như vậy là con đã tà niệm phải không ạ? và đối tượng xuất hiện khi tà niệm đó có phải là cảm giác pháp trần không ạ? Phải làm sao để giữ được chánh niệm liên tục?

Trả lời
Có tà niệm hay không là chánh niệm thì quý vị phải thực hành để hiểu. Thí dụ, cái việc đó vẫn xảy ra thường xuyên trước kia và là tà niệm, nhưng bây giờ đang thiền mà quý vị lấy bút ra ghi mọi cái đó thì sẽ có hai trường hợp: có thể là tà niệm mà cũng có thể là chánh niệm. Tà niệm là khi nhớ cái đó quý vị quên luôn cái việc tu tập, quên luôn ngậm chặt răng lưỡi, quên luôn chú tâm liên tục cảm giác toàn thân, quý vị hoàn toàn bị thu hút vào việc đó, chú tâm hoàn toàn vào việc đó nhưng là tà định, đó là tà niệm. Nhưng nếu như khi khởi lên sự việc đó mà quý vị vẫn duy trì được cái chú tâm cảm giác răng lưỡi, vẫn không quên thân cho dù là quý vị giấy lấy bút ra ghi chép nhưng mà vẫn duy trì được cái chú tâm cảm giác răng lưỡi liên tục, không quên thân thì lúc đó vẫn là chánh niệm. Cho nên quý vị phải hiểu khi làm bất kỳ việc gì trong đời, cho dù là đang kinh doanh hay suy nghĩ việc nhà, việc cửa v.v… mà quý vị không quên thân, vẫn nhớ đến ngậm chặt răng lưỡi, vẫn liên tục chú tâm cảm giác răng lưỡi đồng thời vẫn suy nghĩ về việc đó thì lúc đó là đang chánh niệm, chánh tư duy. Còn nếu như suy nghĩ việc gì, làm việc gì mà quý vị quên cảm giác răng lưỡi, quên cảm giác toàn thân thì lúc đó là tà niệm, tà tư duy.

Câu 9b
Ở nhà con có nhiều chuột gián nên con thường xuyên bẫy chuột và xịt thuốc diệt gián. Vậy hành vi sát sinh đó có phải là tà nghiệp không? Làm sao để không phạm giới sát sinh trong tình huống này ạ? Con xin tri ân sư.

Đây là một câu hỏi rất là tế nhị và quý vị phải chú ý, trong Phật giáo có một điều luật là không cố ý sát sanh. Không cố ý sát sanh thôi chứ có những lúc mà vô tình sát sanh thì cũng không sao. Chỉ là không cố ý sát sanh thôi, quý vị phải nhớ cho kỹ. Thí dụ như có chuột, gián mà quý vị cố ý xịt thuốc để giết những con trùng đó thì đó là tà niệm, đó là do tham, sân, si mà khởi lên, đó là cố ý giết hại. Đương nhiên, rất nhiều người băn khoăn chỗ này, nếu không giết hại những con đó thì chẳng nhẽ là mình phải là bỏ nhà đi chỗ khác? mà làm sao mà bỏ nhà lại, đi tìm được chỗ khác? làm sao mà có đất, có nhà? Kể cả là thời xưa thì cũng không dễ dàng mà nhường chỗ. Thí dụ như nhà nhiều dán nhiều chuột v.v… là thương chúng rồi nhường cái nhà đó cho các côn trùng đó ở. Quý vị thấy, giả sử những người tu nói rằng họ từ bi lắm, họ thấm nhuận lắm, nếu nhà họ có nhiều kiến vào ở, rồi có nhiều chuột, gián v.v… là bầy đàn nó kéo, chắc chắn là họ thương những con vật đó thì họ phải nhường chỗ cho những con vật đó ở? Thế nhưng thực tế chắc là cái từ bi mà họ nói thương những con vật đó chỉ trên đầu lưỡi thôi chứ họ đâu có nhường. Nhưng chúng ta phải thấy sự việc là ngôi nhà hoặc là chỗ của mình có nhiều chuột nhiều dán v.v… thì mình không thể nào nhường chỗ cho những cái đó. Đây là một tình huống tế nhị và quý vị phải thấy là rất nhiều người đọc trong kinh điển và cũng rất thắc mắc. Trong kinh điển có ghi lại câu chuyện các vị tỷ kheo chuyển đến một trú xứ mới, một tịnh xá lâu ngày không có ai ở, có

các cái chum đựng nước để người ta uống, rồi đi đâu về bùn lầy thì người ta phải rửa chân để vào nhà. Các tịnh xá đều có các cái chum đựng nước, cũng như hồi xưa, cách đây 40, 50 năm thì nhà nào cũng có phải có cái chum đựng nước. Tịnh xá này lâu không có người ở nên trong các cái chum nước đó có rất nhiều con côn trùng, các con loăng quăng... sống trong đó. Các vị tỷ kheo cần phải dùng các cái chum đó để đựng nước để uống, để rửa chân nhưng các cái chum đó đang có nước, có các côn trùng trong đó mà nếu như muốn có nước sạch để uống, để sử dụng thì phải đổ nước cũ ra và bỏ nước mới vào. Khi đổ cái chum nước chứa loăng quăng đó ra thì các vị ấy nghĩ rằng những con loăng quăng này sẽ chết và mình sẽ phạm tội sát sinh. Họ kéo đến hỏi Phật thì đức Phật trả lời là quý vị chỉ đổ nước chứ không phải mục đích là giết các con loăng quăng đó. Điều này, quý vị cũng thấy là trước tình huống cụ thể đó, đức Phật nói là không cố ý giết hại thôi, việc mình cần phải làm thì mình làm, không cố ý giết và đương nhiên cũng không phải là đổ ra thì tất cả có thể chết mà có thể là đổ vào dòng nước thì vẫn sống. Cái mà Đức Phật nói là không cố ý giết là được còn mình làm việc gì dẫn đến nó chết mà mình không cố ý thì đều không phải là phạm tội sát sanh. Vì vậy, phải tế nhị khi thấy con trùng: cố ý xịt thuốc nó là quý vị cố cố ý sát sanh, thế thì quý vị cũng nên dùng thuốc nhưng là để ngăn chặn nó đến, nó phát triển thôi chứ không cố ý giết nó. Phải cẩn thận lựa chọn thời điểm phun thuốc để ngăn chặn không cho côn trùng xâm nhập. Nhưng giả sử quý vị cẩn thận hết mức rồi mà lỡ có làm chết một con trùng, chết những con côn trùng đó thì đó là chuyện vô tình, không phải là cố ý. Quý vị hiểu như vậy và trường hợp của mình gọi là phòng bệnh, tức là xịt thuốc để đề phòng, để xua đuổi, để không cho côn trùng xâm nhập. Việc đó nên làm trước, phải chọn thời điểm thì là không cố ý sát sinh. Nhưng giả sử trong khi mình phun như vậy có lỡ làm chết con côn trùng nào đó thì cũng không phải là điều quan trọng.

Câu 10

Thưa sư cho con hỏi khái niệm thoát khỏi sinh tử luân hồi giải thích theo hóa sanh là như thế nào? Kính tri ân công đức của Thiền sư.

Trả lời

Bài này thì ngày mai quý vị mới học. Hôm nay quý vị học bài Luân hồi tái sinh, hiểu được nỗi thống khổ của Hóa sanh, quý vị lông tóc dựng ngược vì sợ hãi luân hồi tái sanh. Ngày mai, quý vị học bài Chấm dứt luân hồi tái sinh có thể biết rằng người nào đã đạt Chánh trí trong hiện tại thì đã chấm dứt luân hồi tái sinh. Nếu chưa đạt Chánh trí trong hiện tại thì có thể chấm dứt luân hồi tái sinh trong tiến trình chết hoặc người nào vẫn còn là hóa sanh thì có thể chấm dứt luân hồi tái sinh trong đời sống hóa sanh. Điều này ngày mai quý vị mới học.

Câu 11

Làm sao để giữ thân tâm không cho hóa sanh tương tác, nhất là trong lúc nhập thiền?

Trả lời

Quý vị thực hành chánh niệm được thì phải hiểu hóa sanh: thông tin pháp của nó là thông tin vô minh chấp ngã thuộc về Bát Tà đạo, thì hóa sanh chỉ tương tác được với người đang có lộ trình tâm Bát Tà đạo. Khi quý vị tu tập Bát Chánh đạo thì lộ trình tâm Bát Chánh Đạo không kích hoạt những thông tin vô minh chấp ngã, nó không tương hợp với hóa sanh thì không có tương tác. Đương nhiên quý vị phải thực hành tốt liên tục thì lúc đó nó mới không tương tác được. Điều này quý vị có thể tham khảo video của chị Nhung ở Hà Nam, trên Youtube của Gosinga, kể lại là chị đã bị hóa sanh tương tác liên tục như thế nào, kinh khủng như thế nào và đã thoát ra khỏi nó do học liên tục và thực hành liên tục các khóa học ở Gosinga như thế nào.

Câu 12

Thưa sư cho con hỏi: video phim hoạt hình game nữ cứu nam phát trong khóa thiền có ý nghĩa như thế nào?

Trả lời

Game này để quý vị hiểu rằng đây ví như là tình trạng của một người sau khi chết sẽ rơi vào cảnh giới của Hóa sanh, nó kinh khủng, nó rùng rợn như vậy. Đưa video này lên để quý vị hiểu những cái điều xảy ra ở trong video đó tương tự như cảnh giới của Hóa sanh. Hóa sanh sẽ gặp rất nhiều cảnh giới rùng rợn, khủng khiếp, kinh khủng như vậy để quý vị hiểu nỗi sợ, nỗi khổ của Hóa sanh rùng rợn như thế nào. Nhưng đây chỉ là phần thô thôi, phần tế là quý vị được nghe giảng, hiểu được cái tâm lý, đặc biệt là quý vị thấy rằng cái mà con người khổ là gì? nói tóm một câu thôi, đó là cầu bất đắc khổ - cầu mà không được là khổ. Và cái mà cầu bất đắc khổ - cầu mong mà không được là khổ, cái tổng quát nhất là con người cầu mong làm chủ: cầu mong làm chủ thân tâm, cầu mong làm chủ hạnh phúc, cầu mong làm chủ gia đình, cầu mong làm chủ xã hội, cầu mong làm chủ tiền bạc, cầu mong làm chủ thế giới… Bản chất của con người là cầu mong làm chủ nhưng thực chất là con người đang cầu mong làm chủ cái không thể làm chủ, cho nên đó chính là cầu bất đắc khổ là như vậy. Nói cụ thể hóa sanh, con người có thân xác này cầu mong ăn uống thì cũng có lúc thỏa mãn được, cầu mong sử dụng cái này cái kia thì vẫn làm được nhưng đối với hóa sanh tuy rằng là vẫn cầu mong ăn uống, cầu mong tình dục, cầu mong yêu thương, cầu mong cái này, cái khác nhưng hoàn toàn không thể nào làm được những việc đó. Cái đó mới là cái khổ của Hóa sanh, cái số khổ tổng quát. Quý vị xem những hóa sanh tương tác được với con người, thể hiện tâm trạng của nó khổ sở như thế nào qua các video. Cái game đó tương tự cái cảnh giới của Hóa sanh, nỗi khổ khủng khiếp, kinh khủng của hóa sanh, nhưng chỉ là một phần nhỏ thôi.

Câu 13

Thưa sư, lúc ba con mất, con có nằm mơ thấy ba con nhiều lần, sau 1, 2 năm vẫn nằm mơ thấy ba cho con biết một số thông tin về cuộc sống của ba, dặn dò... Vậy hóa sanh của ba tương tác con khi con nằm ngủ phải không Sư? và người thường như mình có nhìn thấy được hóa sanh, ví dụ như cái bóng đen không ạ? Con xin tri ân Sư.

Trả lời

Mô tả như vậy tức là hóa sanh đó tương tác khi quý vị nằm mơ. Nằm mơ tức là khi tế bào não bộ quý vị đã bắt đầu lơ tơ mơ chứ không phải là hoàn toàn ngủ. Lúc đó mới có giấc mơ và ở đây không phải là quý vị nhìn thấy bóng, bởi vì hóa sanh với thân của nó là lưỡng tính sóng hạt, làm sao mà tương tác được vào mắt của quý vị để phát sinh hình bóng được. Quý vị "nhìn" thấy đó là cảm giác pháp trần và tưởng thức thấy cảm giác pháp trần. Quý vị thấy rằng thông tin của ông bố tương tác với tế bào thần kinh não bộ và do đó mới phát sinh ra cảm giác pháp trần đồng thời phát sinh tưởng thức, và tưởng thức thấy các hình ảnh, các âm thanh đó. Quý vị nói nhìn thấy cái bóng thì làm sao mà thấy được? Kể cả là quý vị thấy, thí dụ như ánh sáng: ánh sáng với cái tần số này nó tương tác được với mắt của quý vị mới phát sinh cảm giác hình ảnh và đồng thời phát sinh nhãn thức thấy; nhưng cũng ánh sáng là tia tử ngoại, nó cũng là ánh sáng, cũng là lượng tử ánh sáng nhưng có tần số khác, nó vẫn hiện hữu nhưng có tương tác được với mắt đâu, cho nên không phát sinh được cảm giác hình ảnh.

Câu 14

Thưa sư, người thân, người còn sống có giúp gì được cho con người đã mất để họ bớt khổ không? và việc cúng kiếng ngày dỗ có cần thiết hay không? Mong sư khai thị cho.

Trả lời

Quý vị thấy tính chất vô chủ: không ai có thể làm chủ, không ai có thể điều khiển được. Quý vị thấy rằng người sống này có thể nhìn thấy nhau, có thể là tương tác với nhau, có thể trao đổi với nhau nhưng cũng không ai có thể giúp ai được hết khổ bởi vì khổ do tham, sân, si thuộc về nội tâm của người đó. Vậy thì người đó tự làm thôi chứ không thể nào ai giúp được cả. Hóa sanh cũng như vậy. Việc cúng kiếng chẳng hạn, quý vị thấy rằng cúng kiến lên đó, hóa sanh nhìn vào qua tâm người khác, biết là có những cái đồ ăn ngon như vậy, biết là nhiều thứ như vậy, thích như vậy nhưng thích mà không ăn được lại là cầu bất đắc khổ. Cầu bất đắc khổ thì thà rằng không thấy còn hơn phải không? Cái thấy của Hóa sanh cũng giống như quý vị thấy trên tivi thôi: cũng thấy cơm, thấy canh, thấy rượu, thấy bánh, thấy đủ các thứ ngon lành nhưng mà ở trên tivi thì làm sao mà bốc ăn được? Cúng cho hóa sanh cũng tương tự như vậy, nó chỉ càng thèm muốn thêm, càng khổ thêm thôi.

Câu 15

Con có thắc mắc vì sao khi hóa sanh đi đầu thai mang đầy đủ thông tin pháp trần và thông tin di truyền, vậy mà khi sinh ra trở thành đứa trẻ không nhớ những gì kiếp trước? Con mong sư khai thị cho con. Con biết ơn sư.

Trả lời

Quý vị thấy rằng nhớ cũng không phải là chuyện dễ, ngay cả khi quý vị có thông tin pháp trần ở trong bộ nhớ, rồi quá trình tâm khởi lên liên tục trở thành lập trình như thế này. Có những sự kiện lúc 4 tuổi, 5 tuổi bây giờ quý vị có nhớ được không? Vĩnh viễn là không nhớ được phải không ạ? Huống hồ là khi những thông tin đó vào trong cái thai thì cấu trúc lại hoàn toàn, hoàn toàn là những tế bào mới, những lập trình mới hoàn toàn và bắt đầu. Tuy rằng có thông tin nhưng đã bị xào xáo, đã bị thay đổi vị trí v.v... và lộ trình tâm khởi lên thì không thể nào có thể sử dụng những thông tin đó. Vả lại, chỉ những thông tin nào mới lưu vào, nổi trội thì niệm mới kích hoạt được. Quý vị học: niệm chỉ kích hoạt những thông tin nổi trội. Khi một đứa trẻ đẻ ra, những thông tin học hỏi được lưu vào mới là nổi trội. Lúc đó, trí nhớ mới bắt đầu nhớ những thông tin nổi trội, còn những cái đã chìm sâu, đã ở trong ADN được cấu trúc lại v.v... chưa khởi lên lần nào thì niệm làm sao nhớ được.

Câu 16

Thiền sinh Ngọc Trâm: a) Lúc ngồi thiền quán tâm, có lúc cảm giác pháp trần xuất hiện là con quán tâm ngay lúc đó nhưng cũng có lúc con bị cảm giác pháp trần cuốn theo dòng suy nghĩ đó một lúc rồi mới phát hiện ra, rồi mới quán tâm. Con nên thực hiện thế nào cho đúng?

Trả lời

Quý vị thực hành như thế này là đúng rồi, có lúc nhanh, lúc chậm. Lúc đầu thì còn chậm, nó xuất hiện rồi nó cuốn trôi một lúc, thí dụ là 5 phút sau mình mới nhớ lại được, mình bắt đầu quán tâm. Thế nhưng dần già rồi 4 phút, rồi 3 phút, rồi 2 phút... nó sẽ dần già. Thí dụ như quý vị thực hành khi sân nổi lên, trước kia là sân nổi lên Bát Tà đạo lập tức tà kiến khởi lên, nó ngụy biện, nó bao biện, nó tìm đủ mọi cái lý luận để xem rằng cái sân như vậy là hợp lý, là đúng, là tốt... nhưng bây giờ quý vị học rồi: sân là xấu, sân là nguy hiểm, sân làm phát sinh khổ nhưng không phải là thực hành cái Chánh kiến được liên tục. Có khi sân vẫn khởi lên nhưng một tiếng sau quý vị nhớ lại điều đã học này, và lúc đó mới biết sân là nguy hiểm, sân là khổ. Nếu quý vị tích cực thì dần già sân khởi lên nửa tiếng sau là quý vị biết rồi. Trí nhớ nhớ nhớ được sân là nguy hiểm rồi, nhưng dần già 10 phút là biết được, rồi dần già là 1 phút sân nó khởi lên, nó chi phối 1 phút sau nó biết, nó chấm dứt. Rồi dần già chỉ là 10 giây thôi và đến lúc là sân vừa khởi chưa biểu hiện ra bên ngoài, nó vừa nhích lên thôi thì cái quán tâm đã biết rồi. Quý vị phải thực hành từ từ như vậy, lộ trình của nó là như vậy. Bây giờ quý vị đi ra cuộc sống, có thể

bắt gặp những hiện tượng quý vị giật mình, bị cuốn theo nó nhưng nhớ đến sự thực hành này dần già, dần già sẽ rút ngắn thời gian bị chi phối.

Câu 16b

Khi có việc cần suy nghĩ để tìm giải pháp thì có lúc con nằm suy nghĩ và đôi lúc quên thân, có những lúc con phải suy nghĩ hai đến 3 ngày mới tìm ra giải pháp thì cơ thể rất mệt. Mong Sư chỉ cách đúng.

Trả lời

Cách đúng quý vị đã học rồi là quán thân, quán thọ, quán tâm, quán pháp nhưng những điều này quý vị phải học từ từ, hành từ từ, chứng đạt từ từ chứ không phải một lúc mà đốt cháy được giai đoạn. Quý vị phải từ từ nhưng liên tục chứ không phải là bây giờ tôi học đây rồi, tôi đang còn con cái phải làm, rồi là kinh tế đang khó khăn, phải đợi khi nào làm được những thứ đó rồi tôi mới bắt đầu thực hành. Không phải là từ từ theo kiểu đó mà cái chứng ngộ của quý vị là từ từ, từ từ. Quý vị thực hành liên tục thì cái chứng ngộ sẽ từ từ, từ từ đi đến viên mãn.

Câu 17

Thưa Sư ông, con xin Sư ông chỉ dạy giúp con cách để duy trì trạng thái định khi vào tam thiền? và ở mỗi cấp sơ thiền, nhị thiền, tam thiền, tứ thiền duy trì định trong khoảng thời gian bao lâu là tốt nhất ạ? Khi vào định ở tam thiền, tứ thiền, đạt được các trạng thái thoải mái, hỷ lạc, nhẹ nhàng, buông bỏ mà mình ở lâu trong trạng thái đó có bị vướng tâm tham không? Con biết ơn Sư ông.

Trả lời

Thứ nhất, quý vị phải hiểu là ở trạng thái định nào cũng được, trạng thái định nào: sơ thiền hay nhị thiền hay tam thiền hay tứ thiền đều có thể an trú Tỉnh giác, đều có thể an trú Chánh kiến, đều có thể kinh nghiệm không có tham, sân, si, đều có thể kinh nghiệm Tâm giải thoát, Tuệ giải thoát ngay bây giờ và tại đây. Cho nên không phải lựa chọn trạng thái định nào cả. Tuy nhiên, trạng thái định của quý vị càng sâu thì càng tốt nhưng chúng ta cũng không phải phấn đấu để lựa chọn, để đạt được các tầng định cho thật sâu. Phấn đấu là được nhưng cũng đừng ràng buộc với kết quả.

Thứ hai, quý vị an trú bao nhiêu là tốt thì tùy theo thời điểm, tùy theo sức khỏe, tùy theo hoàn cảnh lúc đó chứ không phải thời gian bao nhiêu là tốt. Đúng theo hiện tại của mình lúc đó là tốt thôi. Quý vị phải thực hành liên tục, rồi tuần tự thì dần già sẽ ổn định cái định và đến mức độ đạt được Định như ý túc là tùy theo ý muốn thì mình có thể an trú, chứng và trú cái thiền nào. Quý vị thấy khi thực hành chú tâm liên tục cảm giác chuyển động: lúc đầu quý vị tạo ra chuyển động, chủ động tạo ra chuyển động lên - xuống - ngang - ngang thì lúc đó kinh nghiệm rằng sự chú tâm nó tự động bắt vào cái chuyển động lên rồi chuyển động xuống, chuyển động ngang, chuyển động

ngang; và sau đó quý vị cứ chủ động tạo ra chuyển động, cái chuyển động nào lên - xuống rồi ngang - ngang hoặc nghiêng hoặc ngửa hoặc chỗ dài hoặc ngắn, quý vị tạo ra như thế nào thì sẽ kinh nghiệm cái chú tâm cứ tự động bắt lấy cái chuyển động từ chuyển động này sang chuyển động khác là có thể vào định một cách ổn định không bị phân tâm nữa. Quý vị ngồi đây tạo ra chuyển động: nhìn bên này thấy một đoạn dịch chuyển, chuyển động từ chỗ 1 sang chỗ 2 sang chỗ 3 sang chỗ 4... thì cũng thấy ngay cái chú tâm nó đi theo chuyển động và cái thấy cũng tự động thấy cái chuyển động này: đoạn 1 - đoạn 2 - đoạn 3 - đoạn 4... Cái chú tâm, cái thấy tự động bắt theo chuyển động. Khi thuần thục như vậy, quý vị phải hiểu là lúc đầu mình tạo ra chuyển động nhưng sau đó để cho cái chuyển động tạo ra đó nó thật là tự nhiên, thật là thoải mái thì muốn chuyển động ở đâu thì cái chú tâm và cái biết tự động chạy theo và lúc đó quý vị kinh nghiệm cái chú tâm liên tục, cái biết thuần túy cứ chạy theo chuyển động đó. Đồng thời cái biết không những biết cái biết thuần túy, cái chuyển động liên tục nối tiếp nhau mà vẫn biết các sự việc khác, biết một cách thuần túy. Quý vị đi theo cách đó thì rất nhanh thuần thục và thuần thục rồi thì quý vị cũng nhanh đi vào an trú các tầng định theo ý muốn.

Như vậy, tôi đã trả lời các câu hỏi mà quý vị thiền sinh Gosinga Thiên Phước đã gửi tối nay và chương trình trả lời các câu hỏi của tôi kết thúc tại đây. Xin trả lại chương trình cho Ban tổ chức.

Nam Mô Bổn Sư Thích Ca Mâu Ni Phật và mời toàn thể đại chúng tại chùa Long Hưng cũng như Gosinga Thiên Phước chúng ta bình lên Nam Mô Bổn Sư Thích Ca Mâu Ni Phật Tối hôm nay cũng như là các buổi tối trước Thiền sư đã giúp chúng con giải đáp những thắc mắc trong quá trình chúng con tu học chúng con thành kính tri ân công đức của sư. Chúc sư có thật nhiều sức khỏe. Mời quý vị có tu học tối hôm nay kết thúc ở đây